

INFORMATIONSBLATT ZUR KÖRPERANALYSE – WAAGE

Gesunde Ernährung am Arbeitsplatz Gemäß § 81 AschG

Die Körperanalysewaage bietet einen umfassenden Einblick in Körper- und Viszeralfett, Skelettmuskelmasse, BMI und Ruhemetabolismus.

Folgende Parameter können analysiert werden:

Ruhemetabolismus

Der Grundumsatz ist das Minimum an Kalorien, die Ihr Körper täglich benötigt. Der Ruhemetabolismus gibt an, wie viele Kalorien Sie benötigen, um den Körper in Ruhe mit ausreichend Energie für seine Funktionen zu versorgen.

Körperfettanteil

Mit Hilfe der Bioelektrischen Impedanz Methode (BI) wird der Körperfettanteil in Prozent errechnet. Das Gerät sendet einen sehr schwachen elektrischen Strom von 50 kHz und weniger als 500 µA durch Ihren Körper, um den Anteil des Fettgewebes zu bestimmen. Diesen schwachen elektrischen Strom nehmen Sie nicht wahr.

Skelettmuskelmasse

Ist die Muskelmasse, die Ihren Körper in Bewegung hält.

Viszeralfett

Man geht davon aus, dass zu viel viszerales Fett (= Fett um die inneren Organe herum) direkt mit erhöhten Fettwerten im Blut zusammenhängt, was zu verbreiteten Krankheiten wie Hyperlipidämie und Diabetes führen kann.

Untersuchungsintervall: 15 Minuten

Quelle: <https://www.omron-healthcare.com/de/products/weightmanagement>